

Jak žít život s rakovinou?

Soustředit se na život a žít v rámci svých možností aktivně. I když nemoc přináší do života mnoho změn, se kterými je třeba se vyrovnat, léčba je jen jednou z mnoha částí života nemocného. Mysleme na své potřeby i v jiných oblastech, pečujme o své vztahy a blízké.

Kde hledat pomoc:

V **CENTRECH AMELIE** jsou k dispozici individuální i skupinové programy. Součástí nabídky jsou i registrované sociální služby: Sociálně aktivizační služby a Odborné sociální poradenství. Více informací a programy jednotlivých Center na webových stránkách Amelie www.amelie-zs.cz

- **Centrum Amelie Liberec**
+420 608 458 277, liberec@amelie-zs.cz
- **Centrum Amelie Olomouc**
+420 739 005 123, olomouc@amelie-zs.cz
- **Centrum Amelie Praha**
+420 739 001 123, paha@amelie-zs.cz
- **Centrum Amelie Rakovník**
+420 733 640 873, rakovnik@amelie-zs.cz

LINKA AMELIE nabízí kontakt každému, kdo nemůže či nechce přijít do Centra Amelie, a přesto si potřebuje o své situaci promluvit, potřebuje se poradit, zorientovat.

- **Telefonická linka** je k dispozici každý všední den od 9 do 15 hodin, tel.: +420 739 004 333.
- **E-mailová linka** odpoví na všechny dotazy nejpozději do pěti dnů, e-mail: poradna@amelie-zs.cz

TEMATICKÉ MĚSÍCE nabízí na webu Amelie ověřené a praktické odkazy a nabídku konkrétních aktivit pro jednotlivé onkologické diagnózy.

PUBLIKACE AMELIE

- Brožura „**Psychosociální minimum pro onkologicky nemocné a jejich blízké**“ ke stažení na webu Amelie.
- Brožura „**Návrat do zaměstnání po onkologické nemoci**“ je na webu Amelie a ve všech Komplexních onkologických centrech.

Více na www.amelie-zs.cz v sekci *Pomoc pro život s rakovinou*.



Užitečné odkazy:

INFORMACE O NEMOCI A LÉČBĚ:

- <http://www.linkos.cz/pro-pacienty/>
- <http://www.dialog-jessenius.cz>
- <http://www.lecba-rakoviny.cz>
- <http://www.onconet.cz>
- www.kolorektum.cz
- www.koc.cz
- Nádorová linka Ligy proti rakovině, kde pracují lékaři tel.: +420 224 920 935 (každý pracovní den 9:00–16:00)
- Bezplatná telefonní nádorová linka Masarykova onkologického ústavu v Brně – tel.: +420 800 222 322

INFORMACE V SOCIÁLNÍ OBLASTI:

- <http://www.cssz.cz>
- <http://www.mpsv.cz>
- <http://portal.mpsv.cz>
- <http://portal.mpsv.cz/forms>
- <http://socialni-davky-2014.eu>

PACIENTSKÉ ORGANIZACE:

- Liga proti rakovině
<http://lpr.cz/index.php/clenske-organizace>
- www.osudy.cz

AMELIE, z.s.

Šaldova 15, 186 00 Praha 8
tel.: +420 739 001 123 nebo +420 283 880 316
e-mail: amelie@amelie-zs.cz
Více na: [f/amelie.zs](https://www.facebook.com/amelie.zs) a www.amelie-zs.cz

Děkujeme za podporu:



AeskuLab



6. ročník projektu „Tulipánový měsíc“ zviditelňuje potřebu komplexní péče během onkologické nemoci. Přivolejme s jarem i naději pro onkologicky nemocné a jejich blízké.

přivolejme s jarem i naději
tulipánový měsíc
březen 2018

život s rakovinou

Ukazujeme, co je komplexní psychosociální péče, proč je důležitá, kdo ji dělá a kde. V ruce držíte informační leták, můžete přijít do některého z Center Amelie na přednášku či workshop nebo se podívat na web.

žijeme zde spolu

Vyjadřujeme účast výzdobou nemocnic, návštěvami a dalším programem. Dáváme vzkaz naděje a soudržnosti nemocným a jejich blízkým. Zapojují se děti i dospělí. Přijďte se.

děláme radost

Zasláním DMS nebo benefiční koupí kytice můžete udělat radost sobě či blízkým a podpoříte bezplatné služby Amelie.



Více na www.amelie-zs.cz v sekci *Pomoc pro život s rakovinou*.



pomáháme žít
život s rakovinou

Život s rakovinou přináší řadu změn. Amelie nabízí bezplatné služby, které pomáhají onkologicky nemocným a jejich blízkým žít „obyčejný život“.

Srdečně vás zveme do Center Amelie na přednášky a workshopy. Z nabídky vybíráme:

Centrum Amelie Rakovník

15. 3. 2018 (11:30–17:00)

Vycházka „S holemi i bez nich“

Sraz před budovou sokolovny Rakovník v 11:30 hod.
Trasa směr Rakovník – koupaliště, dále po cyklostezce Na Hamr. Délka trasy 5–10 km (přizpůsobíme dle zájmu účastníků)

Centrum Amelie Liberec

15. 3. 2018 (16:30–18:30)

Workshop „Pustte jaro k sobě domů“

Tvoření tulipánů z plsti i papíru pro zkrášlení domova pro malé i velké. (OC Forum v Liberci, přízemí, prostory Amelie.)

Centrum Amelie Olomouc

26. 3. 2018 (16:30–18:00)

Arteterapeutický workshop

pod vedením Soni Šebela, dipl. arteterapeutky

Centrum Amelie Praha

27. 3. 2018 (17:00–18:30)

Dobré vztahy skutečně léčí

Přednáška PhDr., Ing. Martina Pospíchala vliv vztahů s našimi blízkými na nemoc a imunitní systém pohledem moderní vědy.

Jaké jsou časté problémy života s rakovinou?

- Mnoho lidí ji vnímá jako tabu a panuje kolem ní strach, větší než kolem jiných, stejně závažných chronických onemocnění.
- Způsobuje nejen fyzické, ale i psychické a sociální dopady a může mít za následek ztrátu společenských a rodinných vazeb.
- Léčba je náročná a dlouhodobá. Často přináší řadu zásadních změn do života jak nemocného, tak jeho blízkých.
- Předsudky, stereotypy a mýty komplikují prevenci, léčbu a také návrat do života pro člověka po onkologické léčbě.



Co je to psychosociální pomoc a proč je důležitá?

Psychosociální podpora je velmi důležitým doplněním lékařské péče. Pomáhá nemocným a jejich blízkým řešit psychické, sociální a vztahové výzvy, které nemoc přináší, a aktivizuje jejich síly.

Podle národních onkologických programů, Světové zdravotnické organizace i doporučení EU je psychosociální podpora integrální součástí péče o lidi, kterým byla diagnostikována rakovina, a přispívá k větší účinnosti léčby.



Čím pomůže psychosociální pomoc a kdo ji dělá?

Podání informací. Člověk potřebuje dostatek informací, na základě kterých se může rozhodnout jak dál. Pomohou v tom lékař a zdravotní sestra, patientská sdružení, bezpečné kontakty na internetu, patientské publikace, Centra Amelie.

Terapeutický rozhovor. Ve chvíli, kdy se zdá vše nepřehledné a vstupují nevídané emoce a pocity, mohou odborníci pomoci se zorientovat, ujistit a mohou pracovat i s rodinou a blízkými. Pomohou v tom psycholog, psychoterapeut, Centra Amelie a Linka Amelie.

Sociálně právní oblast. Nemocenská, invalidní důchod, posudkoví lékaři, pomůcky, kontakty na odborníky, dlouhodobá problematika, návrat do práce a odvolání proti rozhodnutím – pomoc ve všech těchto oblastech je doménou sociálních pracovníků. Ty najdete v nemocnicích, ale i v Centrech Amelie a na Lince Amelie.

